SIŁA I ZDROWIE

Dodatek tygodniowy „Słowa Pomorskiego"

Nr. 7. Środa, dnia 17. lutego 1932. Rok VI.

Bibljoteka podręczna sportowca. 3

(Podręczniki sportowe: lekka atletyka, pływanie, tennis.)

7. **Gimnastyka w szkole powszechnej,** wyd. II, Marji Germanówny (nakł. K. S. Jakubowskiego we Lwowie 1922). Aczkolwiek stary, ale jeszcze do tej chwili używany podręcznik przez ogół nauczycieli szkół powsz. Pominąwszy fakt, że w niektórych wypadkach poglądy autorki różnią się z poglądami nowszej metody gimnast., propagowanej przez wizyt. W. Sikorskiego, podręcznik nie traci na wartości. W części drugiej podręcznika mamy przystępnie opracowane wzorce gimnastyki dla klas szkoły powszechnej od 1—7-ej.

8. **Gimnastyka dla małych dzieci** (zasób materjału i wzorce) J. G. Thulina, tłumacz. z szwedzkiego Biernakiewicz. Jest to najświeższy podręcznik, wydany nakładem działu wydawniczego Studjum Wych. Fiz. Uniw. Jagiellońskiego.

9. **Atlas gimnastyczny,** jako zeszyt 5, części III podręcznika gimnastyki J. G. Thulina (kierownika południowo-szwedzkiego instytutu gimnastycznego w Lund), tłum. z II wydania szwedzkiego J. Wayówna 1929 r. (Nakładem Studjum W. F. Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie.) Nauczyciel wzgl. instrukt. a nawet każdy sportowiec ułatwi sobie znacznie pracę posługując się zarówno przy nauczaniu, jak i przy układaniu programów lekcyjnych materjałem obrazowym (rycinami), który jest zestawiony planowo w tej książce.

Zkolei przejdę do podręczników do poszczególnych gałęzi sportu. I znowu ograniczę się do najniezbędniejszych, na jakie zdobyło się w ostatnich latach polskie piśmiennictwo sportowe. Będą to rzeczy aktualne i godne polecenia do bibljoteczki każdego sportowca.

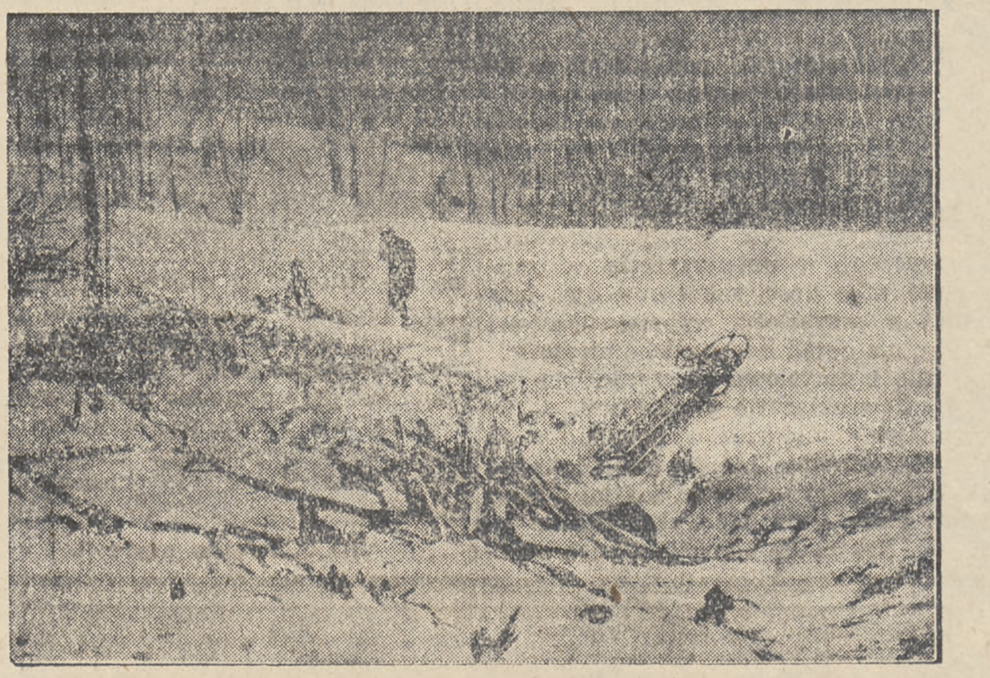
9. **Zasady nauczania lekkiej atletyki** (Mierzejewski, Baran, Humen). Podręcznik ten bogato ilustrowany zawiera rozliczne wskazówki metodyczne i ćwiczenia pomocnicze niezbędne przy nauczaniu lekkiej atletyki, ukazał się niedawno nakładem Gł. Księgarni Wojskowej (Warszawa — Nowy Świat). Zawarte w podręczniku zasady nauczania tej najpopularniejszej gałęzi sportu oparli autorzy na doświadczeniach, poczynionych w Centralnej Wojskowej Szkole Gimnastyki i Sportów w Poznaniu na wakacyjnych kursach dokształcających dla nauczycieli szkół średnich w Wągrówcu i Wolsztynie z pogłębieniem i uzupełnieniem tej metody na dwuletniem studjum Centr. Instyt. Wych. Fiz. w Warszawie.

Każdy biegacz, miotacz, zaprawiający się w skokach sportowiec, instruktor, wzgl. nauczyciel wychowania fizycznego znajdzie w tem dziełku nie tylko ćwiczenia przygotowawcze do biegu, skoku czy rzutu, ale zarazem krytyczną ocenę zaprawy i taktyki, nie wyłączając stylów i rozkładu materjału nauczania najpopularniejszych konkurencyj lekkoatletycznych na okresy.

10. **Zaprawa lekkoatletyczna** (Czesław Mierzejewski), nakładem Głównej Księgarni Wojskowej (Warszawa). Zaprawę lekkoatlety ujmuje autor w tym podręczniku w pewne ściśle określone formy, czyli w tak zwany „tok lekcyjny", obejmujący 12 kolejno po sobie następujących ćwiczeń. Cenne są uwagi autora, dotyczące prowadzenia lekkiej atletyki, a 6 przykładowo podanych programów lekcyjnych, metodycznie opracowanych, w znacznej mierze pomoże zawodnikom do uzyskania lepszych wyników, a instruktorowi ułatwi celową pracę.

12. **Lekka atletyka dla kobiet i dziewcząt** (Zofja C. Eliott-Lynn — przetłumaczył z angielsk. Erazm Tałasiewicz), nakładem Wydawn. Zakładu Nar. im. Ossolińskich, 1926 r. Dobre rady i mądre wskazówki dotyczące kobiecej lekkiej atletyki podaje autorka tej książki na podstawie własnego doświadczenia (rekordzistka świata w skoku wzwyż, czynna lekkoatletka i pilotka) przydać się mogą pracownicom i pracownikom na niwie polskiego sportu kobiecego. go.

13. **Lekka atletyka, statuty, regulaminy, przepisy, tabele** (nakł. Polskiego Związku Lekkoatletycznego — Warszawa 1928 r.). Broszura niezbędna dla każdego czynnego sportowca, a przedewszystkiem dla instruktora, wzgl. organizatora zawodów lekkoatletycznych, ponieważ zawiera: Statuty Międzynarodowej Amatorskiej Federacji Lekkoatletycznej i Polskiego Związku Lekkoatletycznego, regulamin P. Z. L. A., przepisy zawodów lekkoatletycznych, regulamin odznaki sportowej PZLA, regulamin odznaki sportowej za specjalizację, statuty, nagrody przechodniej prof. Wittiga i dyrektora P. U. W. F., minima mistrzostw okręgowych i Polski oraz **tabele rekordów** polskich do 31. 12. 1927



Tor bobslejowy w Lake - Placid.

Ma dużo niebezpiecznych zakrętów. Austrjacki bobslej olimpijski wykolcił się i rozbił się na jednym z tych zakrętów.

14. **Pływanie,** podręcznik techniki, statut, regulamin i przepisy Polskiego Związku Pływackiego (A. Zaleski i T. Semadeni), Wydawn. Zakładu Narod. im. Ossolińskich 1928 r. Dzieło b. cenne, napisane przez zasłużonych krzewicieli sportu pływackiego i znakomitych pływaków. Podręcznik powszechnie używany zawiera historję rozwoju techniki pływackiej, teorję szybkości ciał pływających, analizę ruchów pływackich, rozdział o stylach sportowych w pływaniu, technikę startu i nawrotu przy pływaniu, elementarne zasady nauki pływania, technikę skoków pływackich, trening, taktykę i technikę gry w polo wodne (water-polo), opis wzorowej pływalni sportowej, organizację zawodów pływackich oraz wszelkie dane, dotyczące organizacji sportu pływackiego w Polsce i za granicą nawet z podaniem tabeli światowych rekordów pływackich, rekordów olimpijskich, ważniejszych rekordów niektórych państw.

15. **Tennis** (Wł. Kuchar i Zdzisław Stahl), Wydawn. Zakładu Narodowego im. Ossolińskich 1927. Podręcznik, napisany przez „asów" sportu tennisowego, oparty na literaturze z tego tematu w obcych językach na własnej obserwacji i bogatem doświadczeniem autorów, podaje rys historyczny gry w tennisa, reguły, wskazówki co do wyekwipowania (ubiór, rakieta), wyrobienia fizycznego i higjeny ciała i zaprawy ogólnej tennisisty. Bardzo szczegółowo podają autorzy zasady i style w tennisie. Uwzględniają też taktykę tej pięknej gry.

(Dalszy ciąg nastąpi.)

J. Flisak.

III Olimpjada zimowa.

Kanada mistrzem olimpijskim. — Niewesoły bilans drużyny polskiej.

Rozgrywki olimpijskie w hokeju na lodzie zostały już ukończone.

Mistrzem olimpijskim została Kanada, która stoczyła o ten tytuł zaciętą walkę z USA. Decydujący mecz między temi drużynami dał wynik remisowy 2:2, a dwukrotna dogrywka pozostała bez rezultatu, wobec czego mistrzostwo przyznano Kanadzie na punkty. W 5-ciu meczach Kanada zdobyła 11 punktów ze stosunkiem bramek 32:5. USA zdobyły 9 punktów, stosunek bramek 27:5.

Walka o 3-cie miejsce rozegrała się między Niemcami a Polską. Decydujący mecz (w dniu 13-go bm.) polska drużyna przegrała w stosunku 4:1 (0:0, 2:1, 2:0). W meczu tym Stogowski został zraniony uderzeniem krążka w czoło a zawodnik niemiecki Schroetter sam zranił się kijem w oko i musiał wycofać się z gry.

Wskutek przegrania tego meczu drużyna polska straciła ostatnią nadzieję na 3-ie miejsce, które zajęły Niemcy z ilością punktów 5 i stosunkiem bramek 7:26. Drużyna polska nie uzyskała ani 1 punktu (nie wygrała żadnego meczu) a stosunek bramek wyraża się cyfrą 3:34.

Z Torunia.

Boks. Jedyną sekcją, która w czasie obecnym ożywia ruch sportowy w Toruniu, jest sekcja bokserska WCZS. „Gryf". Przed zawodami o mistrzostwo Pomorza, które odbędą się w Grudziądzu, pięściarze „Gryfu" spotkali się z pięściarzami K. S. Polonia (Bydgoszcz). Największą bolączką spotkań pięściarskich w Toruniu jest brak odpowiedniej sali, w której można było by zbudować przepisowy ring. Ostatnie spotkanie odbyło się w Strzelnicy na scenie, która zupełnie nie nadaje się na ring.

W spotkaniu z Polonją drużyna miejscowa odniosła wysokie zwycięstwo. — Pięściarze Polonji są zawodnikami o małem wyrobieniu technicznem, walczący więcej siłą aniżeli uderzeniami, nic więc dziwnego, że zwyciężyła drużyna lepsza technicznie.

Główne spotkanie poprzedziły walki pokazowe między zawodnikami Gryfu.

Spotkanie międzymiastowe rozpoczęła walka w wadze muszej. Z powodu nieprzybycia zawodnika Polonji zwycięża walkowerem Serożyński.

Waga **kogucia:** Bogacki (P) — Grabowski II. (G) zwycięża na punkty Grabowski. Prowadzi Gryf 4:0.

Waga **piórkowa** z powodu nadwagi Ziółkowskiego (P) zwycięża walk. Grenda (G). Prowadzi Gryf 6:0. W spotkaniu towarzyskiem zwycięża na punkty lepszy technicznie Grenda.

W wadze **lekkiej** walczą: Tykwiński (P) — Zacharek (G). Po rozpoczęciu walki, oszałamiające ataki Tykwińskiego przepowiadały wysokie zwycięstwo. Tymczasem w drugiej rundzie Tykwiński słabnie, i rzadkie lecz silne uderzenia Zacharka zmuszają Tykwińskiego do poddania się. Prowadzi Gryf 8:0.

W wadze **półśredniej** Grabowski I. (G) zwycięża w pierwszej rundzie Millera (P).

W wadze **średniej** Maliszewski (P) remisuje z Jeziorskim (G). Prowadzi Gryf 11:1.

W wadze **półciężkiej** Kontowski (G) walkowerem zwycięża Opińskiego (P), który do walki nie stanął.

Ostateczny wynik 13:1. Sędzia na ringu p. Krakowski z Grudziądza dobry.

Jazda na łodzie. Dawno zapowiedziane zawody w jeździe szybkiej i pokazy jazdy figurowej, nareszcie odbyły się w niedzielę 14. bm. Zawody rozpoczęto jazdą dla panów **na 3000 m.** Stanął tylko Zülke Gryf, który przebył tę przestrzeń w czasie 8 m. 18 s. **500 m.** dla panów — odniósł zwycięstwo Zülke w czasie 1 m. 06.5 s. 2) Wiśniewski TKS. 1 m. 10,7 s. **500 m.** młodzieży 16—18 lat. 1) Kurtz Sokół I. 1 m. 12.5 s. 2) Chmielewski. 3) Ratajczak. **1500 m.** młodzież 16—18 l. poza konkursem Zülke 4 m. 10, pierwszy Ratajczak 4 m. 10 s. 2) Chmielewski, 3) Kurtz.

W pokazach jazdy figurowej brali udział pp.: Makowska, Woitaszewska, W. Gęstwicka, Zielińska, Zaremba i Michałek. Wyróżnił się 10-letni Witold Michałek, (syn p. mec. Michałka), który wykonywał wszystkie przepisowe figury, nie ustępując starszym. Przy umiejętnej dalszej pracy w jeździe figurowej młodociany ten łyżwiarz może stać się groźnym rywalem nie tylko w Polsce, ale poza jej granicami.

Siatkówka. W sobotę 13 bm odbyły się w hali miejskiej przy ul. Krasińskiego mecze towarzyskie siatkówki:

1. Sokół Toruń I — Sokół Podgórz 30:10 dla Sokoła Toruń I.

2. Klub Wioślarski — Sokół Toruń I 30:21 dla Klubu Wioślarskiego.

3. Sokół Podgórz — Klub Wioślarski 29:19 dla Sokoła podgórskiego.

Kronika sportowa.

Hokej.

Hokejowe mistrzostwa Bydgoszczy. W Bydgoszczy rozegrane zostały zawody hokejowe o mistrzostwo miasta przy udziale 4 drużyn. Pierwszy mecz Polonia — BTW przyniósł zwycięstwo pierwszym 6:2. W drugim Liceum Handlowe rozgromiło drużynę Państw. Gimn. Humanistycznego 14:3. W finale mecz Polonia — Liceum Handlowe przyniósł wynik remisowy 1:1. Dwukrotne przedłużanie nie dał wyniku.

TKS w Poznaniu. Rozegrany w Poznaniu w dn. 14 bm. mecz hokejowy pomiędzy miejscowym AZS a Toruńskim Klub. Sportowym zakończył się nieznacznem zwycięstwem gospodarzy 2:1 (0:1, 1:0, 0:1). Zawody toczyły się w żywem tempie i wykazały pewną wyższość akademików.

Boks.

Carnera zwycięża Niemca. W piątek 5 bm. odbył się w Berlinie sensacyjny mecz bokserski w wadze ciężkiej pomiędzy włoskim olbrzymem Carnerą a niemieckim Guehringem. Zwyciężył w trzeciej rundzie Carnera przez techniczny nokaut. Guehring uważany jest w Niemczech za najlepszego boksera niemieckiego wagi ciężkiej po — obecnym mistrzu świata — Schmellingu.

Klęska Polonii z Jordanem 5:11. W niedzielę 14. 2. odbył się w Warszawie międzyklubowy mecz bokserski pomiędzy „Jordanem" a drużynowym mistrzem Warszawy „Polonią". Zawody przyniosły olbrzymią niespodziankę w postaci zdecydowanej klęski Polonii 11:5 pkt. Do klęski mistrza Warszawy przyczynił się do pewnego stopnia osłabiony skład, ale tylko do pewnego stopnia, gdyż przegrały również i asy Polonii.

Lekka atletyka.

Nowy rekord Polski w kuli. W ramach lekkoatletycznych zawodów w hali poznańskiego Ośrodka WF padł nowy rekord Polski w pchnięciu kulą. Rekord ten ustanowił Heljasz (Warta) wynikiem 14 m 74,5 cmt.

Piłka nożna.

Błyskawiczny turniej piłkarski. W Poznaniu odbył się błyskawiczny turniej w piłce nożnej o puhar Warty. Do zawodów stanęły cztery drużyny. Wyniki poszczególnych meczów Warta — Olimpja 0:0, Sokół — Stella 1:0, Olimpja — Stella 0:0, Warta — Sokół 2:0, Sokół — Olimpja 0:0, Warta — Stella 2:0.

W rezultacie turniej wygrała i puhar zdobyła Warta, mając maksymalną liczbę punktów — 5.



Sonia Henie

łyżwiarka norweska, zdobyła tytuł mistrzyni olimpijskiej w jeździe figurowej pań w Lake - Placid.